

Schwimmkurse

für Erwachsene

KURSE

DIENSTAG

12:15 – 13:00 Schwimmtraining Triathleten

19:20 – 20:10 Aqua Fitness

20:05 – 20:50 Crawl Beginner

DONNERSTAG

12:15 – 13:05 Aqua Fitness

13:10 – 14:00 Aqua Fitness

19:20 – 20:10 Aqua Fitness

MITTWOCH

12:15 – 13:05 WOGA

FREITAG

20:30 – 21:15 Crawl Fortgeschrittene



SPORTZENTRUM
HERISAU

EINZELLEKTIONEN
à je 30 / 45 / 60 Minuten

MONTAG

15:40 – 16:10 Erwachsene / Kinder

20:00 – 21:00 Erwachsene

SAMSTAG

10:00 – 11:00 Erwachsene

11:00 – 12:00 Technik Erwachsene

DIENSTAG

12:00 – 13:00 Technik Erwachsene

15:40 – 16:10 Erwachsene / Kinder

DONNERSTAG

15:10 – 16:10 Erwachsene / Kinder

15:40 – 16:10 Kinder

FREITAG

12:00 – 13:30 Technik Erwachsene

14:00 – 15:30 Kinder



SPORTZENTRUM
HERISAU